

110年全中運競技體操賽程表

(1) 成隊競賽 (第一競賽)

4月18日 (星期日) 上午09:00—12:00 國中女生組 (第一競賽)

項目 時間	跳馬	高低槓	平衡木	地板
()① 09:00—09:20	1	2	3	4
()② 09:20—09:40	4	1	2	3
()③ 09:40—10:00	3	4	1	2
()④ 10:00—10:20	2	3	4	1
()⑤ 10:20—10:40	練 習			
()⑥ 10:40—11:00	5	6	7	8
()⑦ 11:00—11:20	8	5	6	7
()⑧ 11:20—11:40	7	8	5	6
11:40—12:00	6	7	8	5

4月18日 (星期日) 下午14:00—17:20 國中男生組 (第一競賽)

項目 時間	地 板	鞍 馬	吊 環	輪 空	跳 馬	雙 槓	單 槓	輪 空
()① 14:00—14:25	1	2	3	4	5	6	7	8
()② 14:25—14:50	8	1	2	3	4	5	6	7
()③ 14:50—15:15	7	8	1	2	3	4	5	6
()④ 15:15—15:40	6	7	8	1	2	3	4	5
()⑤ 15:40—16:05	5	6	7	8	1	2	3	4
()⑥ 16:05—16:30	4	5	6	7	8	1	2	3
()⑦ 16:30—16:55	3	4	5	6	7	8	1	2
()⑧ 16:55—17:20	2	3	4	5	6	7	8	1

4月19日（星期一）上午09:00—12:00 高中女生組（第一競賽）

- ()①
- ()②
- ()③
- ()④
- ()⑤
- ()⑥
- ()⑦
- ()⑧

時間 \ 項目	跳馬	高低槓	平衡木	地板
09:00—09:20	1	2	3	4
09:20—09:40	4	1	2	3
09:40—10:00	3	4	1	2
10:00—10:20	2	3	4	1
10:20—10:40	練 習			
10:40—11:00	5	6	7	8
11:00—11:20	8	5	6	7
11:20—11:40	7	8	5	6
11:40—12:00	6	7	8	5

4月19日（星期一）下午14:00—17:20 高中男生組（第一競賽）

- ()①
- ()②
- ()③
- ()④
- ()⑤
- ()⑥
- ()⑦
- ()⑧

時間 \ 項目	地板	鞍馬	吊環	輪空	跳馬	雙槓	單槓	輪空
14:00—14:25	1	2	3	4	5	6	7	8
14:25—14:50	8	1	2	3	4	5	6	7
14:50—15:15	7	8	1	2	3	4	5	6
15:15—15:40	6	7	8	1	2	3	4	5
15:40—16:05	5	6	7	8	1	2	3	4
16:05—16:30	4	5	6	7	8	1	2	3
16:30—16:55	3	4	5	6	7	8	1	2
16:55—17:20	2	3	4	5	6	7	8	1

(2) 個人全能競賽 (第二競賽)

女子：4月20日 (星期二) 上午09:00-12:50 國女組、高女組 (第二競賽)

	名次	組別	項目	跳馬	高低槓	平衡木	地板
			時間				
國女組	1-6	1	09:00-09:25	1	2		
			09:25-09:50	2	1		
	7-12	2	09:50-10:15			1	2
			10:15-10:40			2	1
			10:40-11:10	高中女子組熱身時間			
高女組	1-6	1	11:10-11:35	1	2		
			11:35-12:00	2	1		
	7-12	2	12:00-12:25			1	2
			12:25-12:50			2	1

男子：4月20日 (星期二) 下午14:00-18:20 國男組、高男組 (第二競賽)

	名次	組別	項目	地板	鞍馬	吊環	跳馬	雙槓	單槓
			時間						
國男組	1-4	1	14:00-14:20	1	2	3			
			14:20-14:40	3	1	2			
	5-8	2	14:40-15:00	2	3	1			
			15:00-15:20				1	2	3
	9-12	3	15:20-15:40				3	1	2
			15:40-16:00				2	3	1
			16:00-16:30	高中男子組熱身時間					
高男組	1-4	1	16:30-16:50	1	2	3			
			16:50-17:10	3	1	2			
	5-8	2	17:10-17:30	2	3	1			
			17:30-17:50				1	2	3
	9-12	3	17:50-18:10				3	1	2
			18:10-18:30				2	3	1

(3) 個人單項競賽 (第三競賽)

4月21日 (星期三) 上午 國男組、國女組單項競賽賽程表 (第三競賽)

時間 組別	09:00	09:30	10:00	10:30	11:00	11:30
國男組	地板	鞍馬	吊環	跳馬	雙槓	單槓
國女組		跳馬	高低槓	平衡木	地板	

4月21日 (星期三) 下午 高男組、高女組單項競賽賽程表 (第三競賽)

時間 組別	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30
高男組	地板	鞍馬	吊環	跳馬	雙槓	單槓
高女組		跳馬	高低槓	平衡木	地板	